

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 945 /H.34.16/PP/2012 10 Mei 2012
Lamp. : 1 Eksp
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Fitra Bagus Kurniawan
NIM : 07601244092
Program Studi : POR/PJKR

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 11 Mei s/d 25 Mei 2012
Tempat/Obyek : SD N I Kecitran, Purworeja, Klampok.
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Kelas V Di SD N I Kecitran, Purwareja, Klampok, Banjarnegara.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N I Kecitran, Purworeja, Klampok.
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 00



**PEMERINTAH PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

Yogyakarta, 11 Mei 2012

Nomor : 070/4631/V/05/2012

Kepada Yth.
Gubernur Provinsi Jawa Tengah
Cq. Bakesbangpol dan Linmas
di -
Tempat

Perihal : Ijin Penelitian

Menunjuk Surat :

Dari : Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
Nomor : 945/H.34.16/PP/2012
Tanggal : 10 Mei 2012
Perihal : Ijin Penelitian

Setelah mempelajari proposal/desain riset/usulan penelitian yang diajukan, maka dapat diberikan surat keterangan untuk melaksanakan penelitian kepada

Nama : FITRA BAGUS KURNIAWAN
NIM / NIP : 07601244092
Alamat : Jl. Kolombo No 1 Yogyakarta
Judul : UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN LOMPAT TALI KELAS V DI SD N I KECITRAN, PURWAREJA, KLAMPOK, BANJARNEGARA
Lokasi : - Kota/Kab. BANJARNEGARA Prov. JAWA TENGAH
Waktu : Mulai Tanggal 11 Mei 2012 s/d 11 Agustus 2012

Peneliti berkewajiban menghormati dan menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian.

Kemudian harap menjadi maklum

A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Dekan Fak. Ilmu Keolahragaan UNY
3. Yang Bersangkutan



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLINDUNGAN MASYARAKAT**

JI. A. YANI NO. 160 TELP. (024) 8454990 FAX. (024) 8414205, 8313122
SEMARANG - 50136

SURAT REKOMENDASI SURVEY / RISET

Nomor : 070 / 1213 / 2012

- I. DASAR : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2012. Tanggal 20 Desember 2011.
2. Surat Edaran Gubernur Jawa Tengah. Nomor 070 / 265 / 2004. Tanggal 20 Februari 2004.
- II. MEMBACA : Surat dari Gubernur DIY. Nomor 070 / 4631 / V / 05 / 2012. Tanggal 11 Mei 2012.
- III. Prinsipnya kami TIDAK KEBERATAN / Dapat Menerima atas pelaksanaan Penelitian / Survey di Kabupaten Banjarnegara.
- IV. Yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : FITRA BAGUS KURNIAWAN.
 2. Kebangsaan : Indonesia.
 3. Alamat : Jl.Kolombo No 1 Yogyakarta.
 4. Pekerjaan : Mahasiswa
 5. Penanggung Jawab : Drs. Eddy Purnomo M Kes.
 6. Judul Penelitian : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Kelas V Di SD N I Kecitraan, Purwareja, Klampok, Banjarnegara
 7. Lokasi : Kabupaten Banjarnegara.

V. KETENTUAN SEBAGAI BERIKUT :

1. Sebelum melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Setempat / Lembaga Swasta yang akan dijadikan obyek lokasi untuk mendapatkan petunjuk seperlunya dengan menunjukkan Surat Pemberitahuan ini.
2. Pelaksanaan survey / riset tidak disalah gunakan untuk tujuan tertentu

yang mendapat dukungan dana dari sponsor baik dari dalam negeri maupun luar negeri, agar dijelaskan pada saat mengajukan perijinan. Tidak membahas masalah Politik dan / atau agama yang dapat menimbulkan terganggunya stabilitas keamanan dan ketertiban.

3. Surat Rekomendasi dapat dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila pemegang Surat Rekomendasi ini tidak mentaati / mengindahkan peraturan yang berlaku atau obyek penelitian menolak untuk menerima Peneliti.
4. Setelah survey / riset selesai, supaya menyerahkan hasilnya kepada Badan Kesbangpol Dan Linmas Provinsi Jawa Tengah.
- V. Surat Rekomendasi Penelitian / Riset ini berlaku dari :
Mei s.d September 2012.
- VI. Demikian harap menjadikan perhatian dan maklum.

Semarang, 14 Mei 2012

an. GUBERNUR JAWA TENGAH
KEPALA BADAN KESBANGPOL DAN LINMAS
PROVINSI JAWA TENGAH


Drs. ACHMAD ROFAL, MSI
Pembina Utama Muda
NIP. 195912021982031005



PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA
KANTOR KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN LINMAS
KABUPATEN BANJARNEGARA

Jalan A. Yani No. 16 Telp. (0286) 591218 Pswt. 781
BANJARNEGARA 53414

Banjarnegara, 15 Mei 2012

K e p a d a

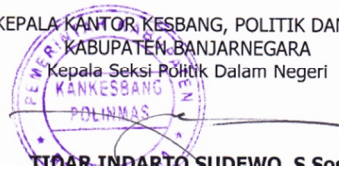
Nomor : 070 / 101/ 2012
Lampiran : -
Perihal : **Rekomendasi Ijin Penelitian**
a.n. FITRA BAGUS KURNIAWAN

Yth. Kepala BAPPEDA
Kab. Banjarnegara
di -
BANJARNEGARA

- I. Menunjuk surat dari Kepala Badan Kesbangpol dan Linmas Provinsi Jawa Tengah nomor : 070/ 1213/2012 tanggal 14 Mei 2012 perihal Ijin Penelitian
- II. Dengan ini Kantor Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat Kabupaten Banjarnegara yang dalam hal ini bertindak atas nama Bupati Banjarnegara dengan ini menyatakan bahwa pada prinsipnya TIDAK BERKEBERATAN / MENYETUJUI atas pelaksanaan penelitian di Wilayah Kabupaten Banjarnegara yang dilaksanakan oleh :
 - a. Nama : **FITRA BAGUS KURNIAWAN**
 - b. Pekerjaan : Mahasiswa
 - c. Alamat Instansi : Jl. Kolombo No 1 Yogyakarta
 - d. Alamat Rumah : Bilungan Rt 06 Rw 05 Kec. Purwareja Klampok
 - e. Judul : "**Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Kelas V di SD N 1 Kecitran, Purwareja Klampok Banjarnegara**"
 - f. Lokasi Penelitian : SD Negeri 1 Kecitran
 - g. Penanggung Jawab : Drs. Eddy Purnomo M Kes
- h. Dengan ketentuan sebagai berikut :
 1. Bahwa pelaksanaan kegiatan tersebut di atas tidak disalahgunakan untuk maksud dan tujuan yang lain yang dapat mengganggu keamanan dan ketertiban masyarakat.
 2. Bahwa sebelum melaksanakan tugas yang sifatnya langsung kepada responden agar terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Wilayah, Kepala Dinas / Instansi setempat guna dimintakan petunjuk teknis seperlunya.
 3. Bahwa untuk melaksanakan kegiatan dimaksud, diminta kepada yang bersangkutan untuk melaporkan hasilnya secara tertulis kepada Bupati Banjarnegara C/q Kepala Kantor Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat Kabupaten Banjarnegara pada kesempatan pertama.
 4. Surat Ijin Rekomendasi ini berlaku mulai bulan Mei 2012

Demikian Surat Rekomendasi dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

a.n. KEPALA KANTOR KESBANG, POLITIK DAN LINMAS
KABUPATEN BANJARNEGARA
Kepala Seksi Politik Dalam Negeri


INDARTO SUDAWO, S.Sos



**PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**

Jalan Dipayuda No. 30 A Telp. (0286) 591142

BANJARNEGARA 53414

SURAT REKOMENDASI RESEARCH/SURVEY

NOMOR : 070 / 182 / 2012

- I. Dasar : Surat Dari Kepala Kantor Kesbangpollinmas Kabupaten Banjarnegara tanggal 15 Mei 2012 perihal Rekomendasi Ijin Penelitian a.n. **FITRA BAGUS KURNIAWAN**.
- II. Yang bertanda tangan di bawah ini :
Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Banjarnegara, menyatakan bahwa pada prinsipnya tidak berkeberatan atas pelaksanaan kegiatan penelitian pendahuluan/ penelitian/prasurvey/survey/skripsi/thesis/desertasi/observasi/praktek lapangan/ karya ilmiah tersebut di wilayah Kabupaten Banjarnegara yang dilaksanakan oleh :
1. Nama : **FITRA BAGUS KURNIAWAN**
 2. Pekerjaan : Mahasiswa
 3. Alamat Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta
 4. Alamat Rumah : Bilungan RT 06 RW 05 Kec Purwareja Klampok
 5. Maksud dan tujuan : Permohonan ijin Penelitian Dengan Judul:
" **Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Kelas V SD N 1 Kecritan, Purwareja Klampok** "
 6. Lokasi : SD Negeri 1 Kecritan
 7. Penanggungjawab : Drs. Eddy Purnomo, M.Kes.
- III. Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :
- a. Bahwa pelaksanaan kegiatan tersebut di atas tidak disalahgunakan untuk maksud dan tujuan lain yang dapat mengganggu keamanan dan ketertiban masyarakat.
 - b. Bahwa sebelum melaksanakan tugas kepada responden agar terlebih dahulu melaporkan pada Pejabat Wilayah/Kepala Dinas/Instansi setempat guna dimintakan petunjuk teknis seperlunya.
 - c. Bahwa setelah selesai melaksanakan kegiatan Penelitian diminta kepada yang bersangkutan **untuk melaporkan hasilnya secara tertulis kepada Bupati Banjarnegara Cq. Kepala BAPPEDA Kabupaten Banjarnegara** pada kesempatan pertama.
 - d. Surat ijin pelaksanaan Penelitian/Research/Survey ini berlaku dari tanggal 15 Mei 2012 sampai dengan 15 Agustus 2012 dan dapat diperbaharui kembali.

Dikeluarkan di : Banjarnegara
Pada Tanggal : 15 Mei 2012

**An. KEPALA BAPPEDA
KABUPATEN BANJARNEGARA;
KABID. STATISTIK & MONEV;
Ub. Kasubid. Monev & Pelaporan**

HENDRO CAHYONO, SE, M.Si.
NIP. 19681130 199703 1 007



PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
UPT DINDIKPORA KECAMATAN PURWAREJA KLAMPOK

SD NEGERI 1 KECITRAN

Alamat : Jl. Raya Kecitran RT 01 RW 03 Kec. Purwareja Klampok, Banjarnegara 53474

Kecitran, 16 Mei 2012

Nomor : 421.2 / 050 / 2012
Lamp : -
Hal : **Ijin Penelitian**

Kepada
Yth. **FITRA BAGAS KURNIAWAN**
di. Universitas Negeri Yogyakarta

Menindaklanjuti Surat dari Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Banjarnegara Nomor 070/ 182 / 2012 tentang rekomendasi penelitian a.n. **FITRA BAGAS KURNIAWAN** Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta .

Dengan ini kami Kepala SD Negeri 1 Kecitran memberikan ijin penelitian dengan maksud dan tujuan tidak mengganggu proses belajar mengajar terhitung mulai tanggal 16 Mei 2012 s.d. selesai.

Demikian ijin pelaksanaan penelitian kami untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kepala Sekolah,


SARTONO, S.Pd
NIP. 196310161983041003

Lampiran 2. Keterangan Teman Sejawat

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Fitra Bagus kurniawan

NIM : 07601244092

Prodi : PJKR D

Menerangkan bahwa:

Nama : Sakhidin

NIP :

Adalah teman sejawat yang bertugas kolabulator/observer yang akan membantudalam pengambilan data Penilaian Tindakan Kelas, dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Lompat Tali Kelas V Di SD N 1 Kecitran Purwareja Klampok Banjarnegara” yang merupakan tugas akhir skripsi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Banjarnegara, 20 Mei 2012

Observer

Mahasiswa

Sakhidin

Fitra Bagus Kurniawan

Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama sekolah : SD Negeri 1 kecitrin
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : V / 2
Pertemuan : Pada siklus I
Alokasi Waktu : 2 x 30menit

Standar kompetensi

1. mempraktikkan berbagai macam ketrampilan pengembangan aktivitas olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

1. mempraktikkan ketrampilan berbagai bentuk latihan lompat jauh untuk meningkatkan kesegaran jasmani, Serta nilai kerjasama , kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

Indikator

1. Melakukan latihan lompat jauh.
2. Bermain permainan dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan lompat jauh dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain dalam permainan dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh serta menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran :

AKTIVITAS PENGEMBANGAN

1. Koordinasi teknik dasar lompat jauh dengan koordinasi yang baik.

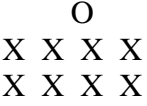
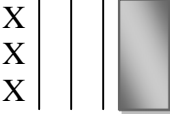
C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi

2. Komando
3. Pemberian tugas
4. evaluasi

D. Langkah – langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

| N o | Kegiatan | Keterangan | Gambar | Waktu (menit) |
|--------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1 | Awal | <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibariskan, berdoa dan berhitung. - Guru menyampaikan materi. - Para siswa berlari mengelilingi lapangan kemudian melakukan pemanasan. |  | 10 |
| 2 | Inti | <ul style="list-style-type: none"> - Latihan lompat tali dan lompat jauh gaya jongkok. <p>Gerakan latihan lompat tali adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi 5 sampai 6 kelompok, tiap kelompok ada dua siswa yang memegang tali secara bergantian - Pertama, para siswa melakukan gerakan lompat tali dengan menggunakan kedua kaki untuk melompat dan mendarat. - Kedua, para siswa melakukan gerakan lompat tali dengan menggunakan kedua kaki secara bergantian - Ketiga para siswa secara |  | 40 |

| | | | | |
|---|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----|
| 3 | Penutup | <p>bergantian berlari melewati beberapa utas tali dan diakhiri dengan lompatan dengan gaya jongkok.</p> <ul style="list-style-type: none"> - siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan - Evaluasi - siswa dibariskan, berdoa, selesai | <p style="text-align: center;">O X X X X X X X X</p> | 10 |
|---|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----|

E. Alat dan sumber belajar

1. Alat pembelajaran

- Bak lompat jauh
- Papan tolakan
- Peluit
- Alat pengukur
- tali

2. Sumber belajar

- Buku Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

F. Penilaian

- Tes unjuk kerja
- Pemahaman konsep
- Sikap

Kriteria Penilaian Unjuk Kerja

| Gerakan I | Awalan | Skor |
|------------|-------------------------------------------------|------|
| | a. Siswa berdiri di tanda awalan | 1 |
| | b. Lari awalan sama seperti lari jarak pendek | 1 |
| | c. Badan condong kedepan | 1 |
| | d. Ayunan lengan <i>releks</i> di samping badan | 1 |
| | Jumlah | 4 |
| Gerakan II | Tumpuan/Tolakan | Skor |

| | | |
|--------------------|------------------------------------------|-------------|
| | a. Menumpu dengan satu kaki | 1 |
| | b. Ayunan <i>releks</i> di samping badan | 1 |
| | c. Pandangan lurus | 1 |
| | d. Kaki tumpu tepat pada balok tumpuan | 1 |
| | Jumlah | 4 |
| Gerakan III | Melayang | Skor |
| | a. Kepala tegak pandangan kedepan | 1 |
| | b. Kedua kaki ditekuk | 1 |
| | c. Sikap badan seperti orang berjongkok | 1 |
| | d. Keseimbangan badan terjaga | 1 |
| | Jumlah | 4 |
| Gerakan IV | Pendaratan | Skor |
| | a. Meluruskan kaki ke depan | 1 |
| | b. Kedua kaki rapat | 1 |
| | c. Badan bungkuk ke depan | 1 |
| | d. Berat badan di bawa ke depan | 1 |
| | Jumlah | 4 |

Penilaian Unjuk Kerja

| No | Nama | Awalan | Tumpuan | Melayang | Pendaratan | Skor |
|----|------|--------|---------|----------|------------|------|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| 6 | | | | | | |

Skor maksimal : 4

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Pemahaman Konsep

| No | Aspek Penilaian | Skor | Nilai |
|----|--------------------------------------------------|------|-------|
| 1 | Bagaimana posisi tubuh saat berlari dalam awalan | | |
| 2 | Bagaimana posisi kaki pada saat bertumpu | | |
| 3 | Bagaimana posisi badan pada saat melayang | | |
| 4 | Bagaimana posisi badan pada saat mendarat | | |
| | Jumlah | | |

Skor maksimal : 4

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Pengamatan Sikap

| No | Nama | kerjasama | Mnghrgai tman | Mntaat peratran | disiplin | sportif | skor | Nilai |
|----|------|-----------|------------------|--------------------|----------|---------|------|-------|
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |

Skor maksimal : 5

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Catatan/saran:.....

Purwareja klampok, Mei 2012

Mengetahui

Kepala sekolah

Guru

NIP.

NIP.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

| | |
|----------------|---------------------------------------------|
| Nama sekolah | : SD Negeri 1 kecitrان |
| Mata Pelajaran | : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan |
| Kelas/Semester | : V / 2 |
| Pertemuan | : Pada siklus II |
| Alokasi Waktu | : 2 x 30menit |

Standar kompetensi

1. Mempraktikan berbagai macam ketrampilan pengembangan aktivitas olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai – nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar

1. Mempraktikan ketrampilan berbagai bentuk latihan lompat jauh untuk meningkatkan kesegaran jasmani, Serta nilai kerjasama , kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

Indikator

1. Melakukan latihan lompat jauh.
2. Bermain permainan dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

A. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan lompat jauh dengan koordinasi yang baik.
2. Siswa dapat bermain dalam permainan dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh serta menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

B. Materi Pembelajaran :

AKTIVITAS PENGEMBANGAN

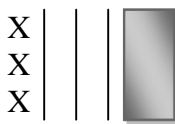
1. Koordinasi teknik dasar lompat jauh dengan koordinasi yang baik.

C. Metode Pembelajaran

1. Demonstrasi
2. Komando
3. Pemberian tugas
4. evaluasi

D. Langkah – langkah Pembelajaran

Pertemuan 2

| N o | Kegiatan | Keterangan | Gambar | Waktu (menit) |
|--------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1 | Awal | <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibariskan, berdoa dan berhitung. - Guru menyampaikan materi. - Para siswa berlari mengelilingi lapangan kemudian melakukan pemanasan. | <p style="text-align: center;">O</p> <p>X X X X</p> <p>X X X X</p> | 10 |
| 2 | Inti | <p>Latihan lompat tali dan lompat jauh gaya jongkok.</p> <p>Gerakan latihan lompat tali adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siswa dibagi menjadi 5 sampai 6 kelompok, tiap kelompok ada dua siswa yang memegang tali secara bergantian - Pertama siswa melakukan gerakan lompat tali dengan menggunakan kaki kanan dan kiri secara bergantian. - Kedua para siswa melakukan gerakan lompat tali dengan satu kaki yang dianggap paling kuat untuk menolak. - Ketiga para siswa secara bergantian berlari melewati beberapa utas tali dan diakhiri dengan lompatan dengan gaya jongkok. | <p>X X X X</p> <p>X X X X</p> <p>X X X X</p>  | 40 |

| | | | | |
|---|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----|
| 3 | Penutup | <ul style="list-style-type: none"> - Siswa melakukan pendinginan dalam bentuk permainan - Evaluasi - Siswa dibariskan, berdoa, selesai | <p style="text-align: center;">O</p> <p>X X X X</p> <p>X X X X</p> | 10 |
|---|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----|

E. Alat dan sumber belajar

1. Alat pembelajaran

- Bak lompat jauh
- Papan tolakan
- Peluit
- Alat pengukur
- tali

2. Sumber belajar

- Buku Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

F. Penilaian

- Tes unjuk kerja
- Pemahaman konsep
- Sikap

Kriteria Penilaian Unjuk Kerja

| Gerakan I | Awalan | Skor |
|------------|-------------------------------------------------|------|
| | e. Siswa berdiri di tanda awalan | 1 |
| | f. Lari awalan sama seperti lari jarak pendek | 1 |
| | g. Badan condong kedepan | 1 |
| | h. Ayunan lengan <i>releks</i> di samping badan | 1 |
| | Jumlah | 4 |
| Gerakan II | Tumpuan/Tolakan | Skor |
| | e. Menumpu dengan satu kaki | 1 |
| | f. Ayunan <i>releks</i> di samping badan | 1 |
| | g. Pandangan lurus | 1 |
| | h. Kaki tumpu tepat pada balok tumpuan | 1 |
| | Jumlah | 4 |

| | | |
|--------------------|-----------------------------------------|-------------|
| Gerakan III | Melayang | Skor |
| | e. Kepala tegak pandangan kedepan | 1 |
| | f. Kedua kaki ditekuk | 1 |
| | g. Sikap badan seperti orang berjongkok | 1 |
| | h. Keseimbangan badan terjaga | 1 |
| | Jumlah | 4 |
| Gerakan IV | Pendaratan | Skor |
| | e. Meluruskan kaki ke depan | 1 |
| | f. Kedua kaki rapat | 1 |
| | g. Badan bungkuk ke depan | 1 |
| | h. Berat badan di bawa ke depan | 1 |
| | Jumlah | 4 |

Penilaian Unjuk Kerja

| No | Nama | Awalan | Tumpuan | Melayang | Pendaratan | Skor |
|----|------|--------|---------|----------|------------|------|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |
| 6 | | | | | | |

Skor maksimal : 4

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Pemahaman Konsep

| No | Aspek Penilaian | Skor | Nilai |
|----|--------------------------------------------------|------|-------|
| 1 | Bagaimana posisi tubuh saat berlari dalam awalan | | |
| 2 | Bagaimana posisi kaki pada saat bertumpu | | |
| 3 | Bagaimana posisi badan pada saat melayang | | |
| 4 | Bagaimana posisi badan pada saat mendarat | | |
| | Jumlah | | |

Skor maksimal : 4

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Pengamatan Sikap

| No | Nama | kerjasama | Mnghrgai teman | Mntaati peratran | disiplin | sportif | skor | Nilai |
|----|------|-----------|-------------------|---------------------|----------|---------|------|-------|
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |

Skor maksimal : 5

$$N = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimal}} \times 10$$

Catatan/saran:.....

Purwareja klampok, Mei 2012

Mengetahui

Kepala sekolah

Guru

 NIP.

 NIP.

Lampiran 4. Pembagian Kelompok

| No | Kelompok | Nama Siswa | Siklus I | Siklus II | Ket |
|----|-------------------|-----------------|----------|-----------|-----|
| 1 | Kelompok 1 | Mujiarti | | | |
| 2 | | Alfo Sigit P | | | |
| 3 | | Asih Wigunadi | | | |
| 4 | | Didik Rizki P | | | |
| 5 | | Irma Agustini | | | |
| 6 | | Lisa Apriliani | | | |
| 7 | Kelompok 2 | Lis Gayatri | | | |
| 8 | | Rahmat Priyono | | | |
| 9 | | Zaimatus S | | | |
| 10 | | Agnes Heru G | | | |
| 11 | | Agung Santoso | | | |
| 12 | | Dwi sartini | | | |
| 13 | Kelompok 3 | Devi Fitri K | | | |
| 14 | | Fredi Agus P | | | |
| 15 | | Hesti Wulandari | | | |
| 16 | | Gilang Subekti | | | |
| 17 | | Innayah Wila S | | | |
| 18 | | Jumadi | | | |
| 19 | Kelompok 4 | Karisma P | | | |
| 20 | | Lilis Putri A | | | |
| 21 | | Mulyani | | | |
| 22 | | Muchamad Arif | | | |
| 23 | | Rizka Nur W | | | |
| 24 | | Sinta Nur U | | | |
| 25 | | Septi Windarti | | | |
| 26 | Kelompok 5 | Wina Prihatin | | | |
| 27 | | Yunus Agung | | | |
| 28 | | Mexi Prizkia N | | | |
| 29 | | Dwi Kartono | | | |
| 30 | | Friska Tri W | | | |
| 31 | | Bunga Alisah | | | |
| 32 | | Yusuf | | | |

Lampiran 5. Kondisi awal unjuk kerja

PENILAIAN UNJUK KERJA LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

| No | Nama | Awal an | tump uan | mela yang | pend ratan | Skor | Nilai |
|------------------|-----------------|------------|-------------|--------------|---------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 2 | 3 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 2 | Alfo Sigit P | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 3 | Asih Wigunadi | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 4 | Didik Rizki P | 3 | 2 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 5 | Irma Agustini | 2 | 2 | 1 | 3 | 8 | 5.00 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 7 | Lis Gayatri | 2 | 2 | 3 | 2 | 9 | 5.63 |
| 8 | Rahmat Priyono | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 9 | Zaimatus S | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 10 | Agnes Heru G | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 12 | Dwi sartini | 2 | 2 | 1 | 3 | 8 | 5.00 |
| 13 | Devi Fitri K | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 14 | Fredi Agus P | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 15 | Hesti Wulandari | 2 | 1 | 2 | 2 | 7 | 4.37 |
| 16 | Gilang Subekti | 3 | 2 | 2 | 2 | 9 | 5.63 |
| 17 | Innayah Wila S | 2 | 2 | 2 | 3 | 8 | 5.00 |
| 18 | Jumadi | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 19 | Karisma P | 4 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 2 | 2 | 2 | 9 | 5.63 |
| 21 | Mulyani | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 22 | Muchamad Arif | 3 | 3 | 2 | 2 | 10 | 6.25 |
| 23 | Rizka Nur W | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 24 | Sinta Nur U | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 25 | Septi Windarti | 2 | 2 | 2 | 2 | 8 | 5.00 |
| 26 | Wina Prihatin | 3 | 2 | 2 | 1 | 8 | 5.00 |
| 27 | Yunus Agung | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 29 | Dwi Kartono | 3 | 3 | 2 | 4 | 11 | 6.88 |
| 30 | Friska Tri W | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 31 | Bunga Alisah | 3 | 2 | 1 | 2 | 8 | 5.00 |
| 32 | Yusuf | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| JUMLAH | | | | | | | 191 |
| RATA-RATA | | | | | | | 6.00 |

Lampiran 6. Kondisi awal penilaian pemahaman konsep

PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

| No | Nama | Awa lan | Tum puan | Mela yang | Pendar atan | Skor | Nilai |
|----|------------------|------------|-------------|--------------|----------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 2 | 3 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 2 | Alfo Sigit P | 4 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 3 | Asih Wigunadi | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 4 | Didik Rizki P | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 5 | Irma Agustini | 2 | 2 | 3 | 3 | 10 | 6.25 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 7 | Lis Gayatri | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 8 | Rahmat Priyono | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 9 | Zaimatus S | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 10 | Agnes Heru G | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 12 | Dwi sartini | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 13 | Devi Fitri K | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 14 | Fredi Agus P | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 15 | Hesti Wulandari | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 16 | Gilang Subekti | 3 | 3 | 3 | 2 | 11 | 6.88 |
| 17 | Innayah Wila S | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 18 | Jumadi | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 19 | Karisma P | 3 | 3 | 3 | 4 | 12 | 7.50 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 21 | Mulyani | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 22 | Muchamad Arif | 4 | 1 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 23 | Rizka Nur W | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 24 | Sinta Nur U | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 25 | Septi Windarti | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 26 | Wina Prihatin | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 27 | Yunus Agung W | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 3 | 1 | 3 | 4 | 11 | 6.88 |
| 29 | Dwi Kartono | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 30 | Friska Tri W | 3 | 3 | 2 | 2 | 10 | 6.25 |
| 31 | Bunga Alisah | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 32 | Yusuf | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| | Jumlah | | | | | | 216 |
| | Rata-rata | | | | | | 6.78 |

Lampiran 7. Kondisi awal pengamatan sikap

PENILAIAN SIKAP DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

| N o | Nama | Kerja sama | mnghr gtmn | mmtaat i prtrn | disipli n | sportif | skor | Nilai |
|--------|------------------|---------------|---------------|-------------------|--------------|---------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 2 | Alfo Sigit P | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 3 | Asih W | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 4 | Didik R | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 5 | Irma A | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 6 | Lisa A | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 3 | 6.00 |
| 7 | Lis Gayatri | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 8 | Rahmat P | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 9 | Zaimatus S | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 10 | Agnes Heru | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 11 | Agung S | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 12 | Dwi sartini | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 13 | Devi Fitri K | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 14 | Fredi Agus | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 15 | Hesti W | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 16 | Gilang S | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 17 | Innayah W | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 18 | Jumadi | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 19 | Karisma P | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 20 | Lilis Putri A | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 21 | Mulyani | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 22 | Muchamad | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 23 | Rizka Nur | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 24 | Sinta Nur U | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 25 | Septi W | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 26 | Wina Pr | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 27 | Yunus A | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 3 | 6.00 |
| 28 | Mexi Prizkia | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 29 | D Kartono | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 30 | Friska Tri W | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 31 | Bunga Al | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 32 | Yusuf | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| | Jumlah | | | | | | | 212 |
| | Rata-rata | | | | | | | 6.63 |

Lampiran 8. Penilaian unjuk kerja siklus I

PENILAIAN UNJUK KERJA LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

SIKLUS I

| N o | Nama | Aw al an | Tum puan | Mela yang | Pendar atan | Skor | Nilai |
|--------|------------------|----------------|-------------|--------------|----------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 2 | Alfo Sigit P | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 3 | Asih Wigunadi | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 4 | Didik Rizki P | 3 | 3 | 2 | 2 | 9 | 6.25 |
| 5 | Irma Agustini | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 7 | Lis Gayatri | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 8 | Rahmat Priyono | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 9 | Zaimatus S | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 10 | Agnes Heru G | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 12 | Dwi sartini | 2 | 1 | 3 | 3 | 9 | 5.63 |
| 13 | Devi Fitri K | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 14 | Fredi Agus P | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 15 | Hesti Wulandari | 3 | 2 | 1 | 2 | 8 | 5.00 |
| 16 | Gilang Subekti | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 17 | Innayah Wila S | 1 | 2 | 3 | 3 | 9 | 5.63 |
| 18 | Jumadi | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 19 | Karisma Purwanto | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 21 | Mulyani | 2 | 3 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 22 | Muchamad Arif H | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 23 | Rizka Nur W | 2 | 3 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 24 | Sinta Nur U | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 25 | Septi Windarti | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 26 | Wina Prihatin | 3 | 1 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 27 | Yunus Agung W | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 29 | Dwi Kartono | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 30 | Friska Tri W | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 31 | Bunga Alisah | 2 | 2 | 2 | 3 | 8 | 5.00 |
| 32 | Yusuf | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| | Jumlah | | | | | | 200 |
| | Rata-rata | | | | | | 6.25 |

Lampiran 9. Penilaian pemahaman konsep siklus I

PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

SIKLUS I

| N o | Nama | Aw alan | Tum puan | Mela yang | Pendar atan | Skor | Nilai |
|--------|------------------|------------|-------------|--------------|----------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 2 | Alfo Sigit P | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 3 | Asih Wigunadi | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 4 | Didik Rizki P | 4 | 2 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 5 | Irma Agustini | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 7 | Lis Gayatri | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 8 | Rahmat Priyono | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 9 | Zaimatus S | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 10 | Agnes Heru G | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 | 6.25 |
| 12 | Dwi sartini | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 13 | Devi Fitri K | 3 | 2 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 14 | Fredi Agus P | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 15 | Hesti Wulandari | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 16 | Gilang Subekti | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 17 | Innayah Wila S | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 18 | Jumadi | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 19 | Karisma P | 3 | 2 | 2 | 2 | 8 | 5.00 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 21 | Mulyani | 2 | 3 | 1 | 3 | 10 | 6.25 |
| 22 | Muchamad Arif | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 23 | Rizka Nur W | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 24 | Sinta Nur U | 2 | 2 | 3 | 3 | 10 | 6.25 |
| 25 | Septi Windarti | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 26 | Wina Prihatin | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 27 | Yunus Agung W | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 29 | Dwi Kartono | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 30 | Friska Tri W | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 31 | Bunga Alisah | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 32 | Yusuf | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| | Jumlah | | | | | | 216 |
| | Rata-rata | | | | | | 6.78 |

Lampiran 10. Pengamatan sikap Siklus I

PENILAIAN SIKAP SISWA DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

SIKLUS I

| N o | Nama | kerja sama | mengh rgitmn | mmtaati pertran | disipli n | sport if | ske r | Nilai |
|--------|------------------|---------------|-----------------|--------------------|--------------|-------------|----------|-------|
| 1 | Mujiarti | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 2 | Alfo Sigit P | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 3 | Asih Wigunadi | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 4 | Didik Rizki P | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 5 | Irma Agustini | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 6 | Lisa Apriliani | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 7 | Lis Gayatri | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 8 | Rahmat P | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 3 | 6.00 |
| 9 | Zaimatus S | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 10 | Agnes Heru G | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 11 | Agung Santoso | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 12 | Dwi sartini | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 13 | Devi Fitri K | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 14 | Fredi Agus P | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 15 | Hesti Wulandari | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 16 | Gilang Subekti | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 17 | Innayah Wila S | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 18 | Jumadi | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 3 | 6.00 |
| 19 | Karisma P | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 20 | Lilis Putri A | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 21 | Mulyani | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 22 | Muchamad Arif | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 23 | Rizka Nur W | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 24 | Sinta Nur U | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 25 | Septi Windarti | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 26 | Wina Prihatin | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 6.00 |
| 27 | Yunus Agung W | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 3 | 8.00 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 29 | Dwi Kartono | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 30 | Friska Tri W | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 31 | Bunga Alisah | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 32 | Yusuf | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| | Jumlah | | | | | | | 236 |
| | Rata-rata | | | | | | | 7.38 |

Lampiran 11. Penilaian unjuk kerja siklus II

PENILAIAN UNJUK KERJA LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

SIKLUS II

| No | Nama | Awa lan | Tum puan | Mela yang | Pendar atan | Skor | Nilai |
|----|------------------|------------|-------------|--------------|----------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 2 | Alfo Sigit P | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 3 | Asih Wigunadi | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 4 | Didik Rizki P | 4 | 2 | 1 | 3 | 10 | 6.25 |
| 5 | Irma Agustini | 3 | 1 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 3 | 2 | 10 | 6.25 |
| 7 | Lis Gayatri | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 8 | Rahmat Priyono | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 9 | Zaimatus S | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 | 6.25 |
| 10 | Agnes Heru G | 3 | 3 | 3 | 4 | 12 | 7.50 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 12 | Dwi sartini | 3 | 2 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 13 | Devi Fitri K | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 14 | Fredi Agus P | 3 | 2 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 15 | Hesti Wulandari | 3 | 1 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 16 | Gilang Subekti | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 17 | Innayah Wila S | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 | 6.25 |
| 18 | Jumadi | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 19 | Karisma P | 4 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 21 | Mulyani | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 22 | Muchamad Arif | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 23 | Rizka Nur W | 2 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 24 | Sinta Nur U | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 25 | Septi Windarti | 2 | 2 | 3 | 3 | 10 | 6.25 |
| 26 | Wina Prihatin | 1 | 3 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 27 | Yunus Agung W | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 29 | Dwi Kartono | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 30 | Friska Tri W | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 31 | Bunga Alisah | 3 | 2 | 1 | 3 | 9 | 5.63 |
| 32 | Yusuf | 4 | 3 | 2 | 4 | 13 | 8.13 |
| | Jumlah | | | | | | 214 |
| | Rata-rata | | | | | | 6.70 |

Lampiran 12. Penilaian pemahaman konsep siklus II

PENILAIAN PEMAHAMAN KONSEP LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN
SIKLUS II

| No | Nama | Awala n | Tump uan | Melay ang | Pendar atan | Skor | Nilai |
|----|------------------|------------|-------------|--------------|----------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 2 | Alfo Sigit P | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 8.13 |
| 3 | Asih Wigunadi | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 4 | Didik Rizki P | 4 | 2 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 5 | Irma Agustini | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 6 | Lisa Apriliani | 2 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 7 | Lis Gayatri | 3 | 3 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 8 | Rahmat Priyono | 2 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 9 | Zaimatus S | 2 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 10 | Agnes Heru G | 3 | 2 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 11 | Agung Santoso | 3 | 2 | 3 | 2 | 10 | 6.25 |
| 12 | Dwi sartini | 3 | 3 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 13 | Devi Fitri K | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 14 | Fredi Agus P | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 15 | Hesti Wulandari | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 16 | Gilang Subekti | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 8.13 |
| 17 | Innayah Wila S | 2 | 2 | 2 | 3 | 9 | 5.63 |
| 18 | Jumadi | 3 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 19 | Karisma P | 3 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 20 | Lilis Putri A | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 21 | Mulyani | 3 | 3 | 2 | 3 | 12 | 7.50 |
| 22 | Muchamad Arif | 3 | 2 | 2 | 3 | 10 | 6.25 |
| 23 | Rizka Nur W | 2 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 24 | Sinta Nur U | 2 | 2 | 3 | 3 | 11 | 6.88 |
| 25 | Septi Windarti | 3 | 2 | 3 | 3 | 9 | 5.63 |
| 26 | Wina Prihatin | 3 | 3 | 1 | 3 | 10 | 6.25 |
| 27 | Yunus Agung W | 3 | 3 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 3 | 2 | 3 | 4 | 12 | 7.50 |
| 29 | Dwi Kartono | 4 | 2 | 3 | 3 | 12 | 7.50 |
| 30 | Friska Tri W | 2 | 3 | 2 | 3 | 11 | 6.88 |
| 31 | Bunga Alisah | 3 | 2 | 3 | 3 | 10 | 6.25 |
| 32 | Yusuf | 4 | 3 | 3 | 3 | 13 | 8.13 |
| | Jumlah | | | | | | 222 |
| | Rata-rata | | | | | | 6.96 |

Lampiran 13. Pengamatan sikap Siklus II

PENILAIAN SIKAP SISWA DALAM PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH KELAS V
DI SD NEGERI 1 KECITRAN

SIKLUS II

| No | Nama | kerja sama | mnghr gi tmn | mntati prtran | disipl in | sport if | skor | Nilai |
|----|------------------|---------------|-----------------|------------------|--------------|-------------|------|-------|
| 1 | Mujiarti | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 2 | Alfo Sigit P | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 3 | Asih Wigunadi | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 4 | Didik Rizki P | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 5 | Irma Agustini | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 6 | Lisa Apriliani | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 7 | Lis Gayatri | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 8 | Rahmat Priyono | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 9 | Zaimatus S | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 10 | Agnes Heru G | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 11 | Agung Santoso | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 12 | Dwi sartini | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 13 | Devi Fitri K | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 14 | Fredi Agus P | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 15 | Hesti Wulandari | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 6.00 |
| 16 | Gilang Subekti | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 17 | Innayah Wila S | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 18 | Jumadi | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 19 | Karisma P | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 20 | Lilis Putri A | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 | 6.00 |
| 21 | Mulyani | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 22 | Muchamad Arif | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 23 | Rizka Nur W | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 24 | Sinta Nur U | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 25 | Septi Windarti | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 26 | Wina Prihatin | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 27 | Yunus Agung | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 4 | 8.00 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 29 | Dwi Kartono | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| 30 | Friska Tri W | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 4 | 8.00 |
| 31 | Bunga Alisah | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 4 | 8.00 |
| 32 | Yusuf | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 4 | 8.00 |
| | Jumlah | | | | | | | 250 |
| | Rata-rata | | | | | | | 7.81 |

Lampiran 14. Data prestasi awal

DATA PRESTASI BELAJAR LOMPAT JAUH
KELAS V DI SD NEGERI 1 KECITAN
KONDISI AWAL

| No. | Nama | penilaian | | | | | | |
|-----|----------------|--------------------|------|----------------------|------|--------------|------|--------|
| | | unjuk kerja 60% | | pmhamn konsep 20% | | sikap 20% | | Nilai |
| 1 | Mujiarti | 5.63 | 3.38 | 5.63 | 1.13 | 6.00 | 1.20 | |
| 2 | Alfo Sigit P | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 6.00 | 1.20 | 6.83 |
| 3 | Asih W | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.33 |
| 4 | Didik Rizki P | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.83 |
| 5 | Irma Agustini | 5.00 | 3.00 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.45 |
| 6 | Lisa Apriliani | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.33 |
| 7 | Lis Gayatri | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 8 | Rahmat P | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 7.08 |
| 9 | Zaimatus S | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.23 |
| 10 | Agnes Heru G | 6.88 | 4.13 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.70 |
| 11 | Agung S | 6.88 | 4.13 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.70 |
| 12 | Dwi sartini | 5.00 | 3.00 | 7.50 | 1.50 | 6.00 | 1.20 | 5.70 |
| 13 | Devi Fitri K | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 14 | Fredi Agus P | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 15 | Hesti W | 4.37 | 2.62 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.20 |
| 16 | Gilang Subekti | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 17 | Innayah Wila S | 5.00 | 3.00 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.45 |
| 18 | Jumadi | 6.88 | 4.13 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.10 |
| 19 | Karisma P | 7.50 | 4.50 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.60 |
| 20 | Lilis Putri A | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 21 | Mulyani | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 22 | Muchamad Arif | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 23 | Rizka Nur W | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.83 |
| 24 | Sinta Nur U | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 25 | Septi Windarti | 5.00 | 3.00 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.45 |
| 26 | Wina Prihatin | 5.00 | 3.00 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.45 |
| 27 | Yunus Agung W | 6.88 | 4.13 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.70 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 29 | Dwi Kartono | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 6.00 | 1.20 | 6.83 |
| 30 | Friska Tri W | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 5.83 |
| 31 | Bunga Alisah | 5.00 | 3.00 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 5.98 |
| 32 | Yusuf | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| | JUMLAH | | | | | | | 200 |
| | RATA-RATA | | | | | | | 6.28 |
| | KETUNTASAN | | | | | | | 40.63% |

Lampiran 15. Data prestasi siswa pada siklus I

DATA PRESTASI BELAJAR LOMPAT JAUH
KELAS V DI SD NEGERI 1 KECITRAN
SIKLUS I

| No. | Nama | penilaian | | | | | | |
|-----|------------------|--------------------|------|----------------------|------|--------------|------|--------|
| | | unjuk kerja 60% | | pmhamn konsep 20% | | sikap 20% | | Nilai |
| 1 | Mujiarti | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | |
| 2 | Alfo Sigit P | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 3 | Asih Wigunadi | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 4 | Didik Rizki P | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 5 | Irma Agustini | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 6 | Lisa Apriliani | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 7 | Lis Gayatri | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 8 | Rahmat Priyono | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 6.58 |
| 9 | Zaimatus S | 6.25 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.60 |
| 10 | Agnes Heru G | 7.50 | 4.50 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 6.95 |
| 11 | Agung Santoso | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.98 |
| 12 | Dwi sartini | 5.63 | 3.38 | 7.50 | 1.50 | 6.00 | 1.20 | 6.08 |
| 13 | Devi Fitri K | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 14 | Fredi Agus P | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 6.98 |
| 15 | Hesti Wulandari | 5.00 | 3.00 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 5.98 |
| 16 | Gilang Subekti | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 17 | Innayah Wila S | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 18 | Jumadi | 7.50 | 4.50 | 6.80 | 1.36 | 6.00 | 1.20 | 7.06 |
| 19 | Karisma Purwanto | 6.88 | 4.13 | 5.00 | 1.00 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 20 | Lilis Putri A | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.33 |
| 21 | Mulyani | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.23 |
| 22 | Muchamad Arif H | 6.25 | 3.75 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.60 |
| 23 | Rizka Nur W | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 24 | Sinta Nur U | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.98 |
| 25 | Septi Windarti | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 26 | Wina Prihatin | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 27 | Yunus Agung W | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.23 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.33 |
| 29 | Dwi Kartono | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.23 |
| 30 | Friska Tri W | 6.25 | 3.75 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.60 |
| 31 | Bunga Alisah | 5.00 | 3.00 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 5.98 |
| 32 | Yusuf | 7.50 | 4.50 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.60 |
| | JUMLAH | | | | | | | 212 |
| | RATA-RATA | | | | | | | 6.63 |
| | KETUNTASAN | | | | | | | 59.38% |

Lampiran 16. Data prestasi siswa pada siklus II

DATA PRESTASI BELAJAR LOMPAT JAUH
KELAS V DI SD NEGERI 1 KECITRAN
SIKLUS II

| No. | Nama | penilaian | | | | | | |
|-----|-----------------|--------------------|------|----------------------|------|--------------|------|--------|
| | | unjuk kerja 60% | | pmhamn konsep 20% | | sikap 20% | | Nilai |
| 1 | Mujiarti | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | |
| 2 | Alfo Sigit P | 7.50 | 4.50 | 8.13 | 1.63 | 8.00 | 1.60 | 7.73 |
| 3 | Asih Wigunadi | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.23 |
| 4 | Didik Rizki P | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 6.33 |
| 5 | Irma Agustini | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 6 | Lisa Apriliani | 6.26 | 3.76 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 7 | Lis Gayatri | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.98 |
| 8 | Rahmat Priyono | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 9 | Zaimatus S | 6.25 | 3.75 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.73 |
| 10 | Agnes Heru G | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 11 | Agung Santoso | 7.50 | 4.50 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 7.35 |
| 12 | Dwi sartini | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 6.35 |
| 13 | Devi Fitri K | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 14 | Fredi Agus P | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.23 |
| 15 | Hesti Wulandari | 5.63 | 3.38 | 6.88 | 1.38 | 6.00 | 1.20 | 5.95 |
| 16 | Gilang Subekti | 6.88 | 4.13 | 8.13 | 1.63 | 8.00 | 1.60 | 7.35 |
| 17 | Innayah Wila S | 6.25 | 3.75 | 5.63 | 1.13 | 8.00 | 1.60 | 6.48 |
| 18 | Jumadi | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 19 | Karisma P | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 20 | Lilis Putri A | 6.25 | 3.75 | 6.25 | 1.25 | 6.00 | 1.20 | 6.20 |
| 21 | Mulyani | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 22 | Muchamad Arif | 6.88 | 4.13 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.98 |
| 23 | Rizka Nur W | 6.25 | 3.75 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 6.85 |
| 24 | Sinta Nur U | 7.50 | 4.50 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.48 |
| 25 | Septi Windarti | 6.25 | 3.75 | 5.63 | 1.13 | 8.00 | 1.60 | 6.48 |
| 26 | Wina Prihatin | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.23 |
| 27 | Yunus Agung | 7.50 | 4.50 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.60 |
| 28 | Mexi Prizkia N | 6.88 | 4.13 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.23 |
| 29 | Dwi Kartono | 7.50 | 4.50 | 7.50 | 1.50 | 8.00 | 1.60 | 7.60 |
| 30 | Friska Tri W | 6.88 | 4.13 | 6.88 | 1.38 | 8.00 | 1.60 | 7.10 |
| 31 | Bunga Alisah | 5.63 | 3.38 | 6.25 | 1.25 | 8.00 | 1.60 | 6.23 |
| 32 | Yusuf | 8.13 | 4.88 | 8.13 | 1.63 | 8.00 | 1.60 | 8.10 |
| | JUMLAH | | | | | | | 223 |
| | RATA-RATA | | | | | | | 6.97 |
| | KETUNTASAN | | | | | | | 71.88% |

Lampiran 17. Dokumentasi Pembelajaran



Gambar 1. Foto sekolah



Gambar 2. Kelas dan halaman sekolah



Gambar 3. Pemanasan sebelum pembelajaran



Gambar 4. Bermain lompat tali



Gambar 5. Bermain lompat tali



Gambar 6. Bermain lompat tali



Gambar 7. Tes lompat jauh



Gambar 8. Dukomentasi setelah pembelajaran.